



RANDOS / XC MOUNTAIN BIKING GUIDE

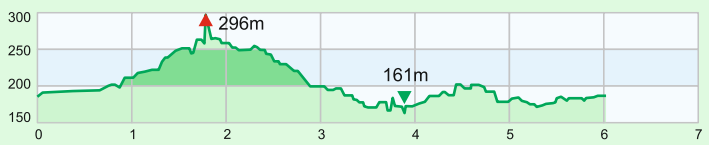
1 Le Verdier

Mons-la-Trivalle
Office de Tourisme
Maison des Montagnes du Caroux

6km 140m

Petit circuit sans difficulté au cœur du village de Mons.
Permet de découvrir en chemin les gorges d'Héric, le vieux village de Mons, et d'emprunter la Voie Verte.

Easy loop through the heart of Mons, linking the old village, Gorges d'Héric and the Greenway



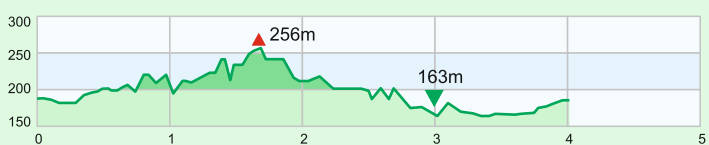
2 Tour du monde

Olargues
Parking Esplanade de la Gare

4km 144m

Circuit familial en bordure du Jaur, avec de courtes portions de sentier.
Tracé passant par Olargues, la rivière du Jaur, avec de nombreux points de vue sur le Caroux.

Family-friendly route along the Jaur River, passing through Olargues and offering lovely views of the Caroux.



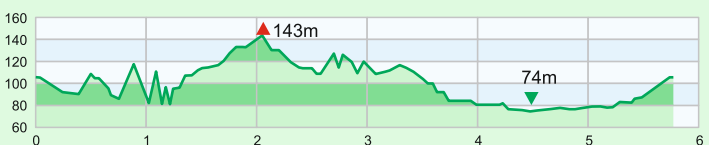
3 Au cœur des schistes

Roquebrun
Esplanade Farret

6km 100m

Belle balade sans difficulté technique.
Traversée de la D14 (prudence avec les enfants !).

Pleasant, easy ride with no technical difficulty.
Crosses the D14 — use caution with children.



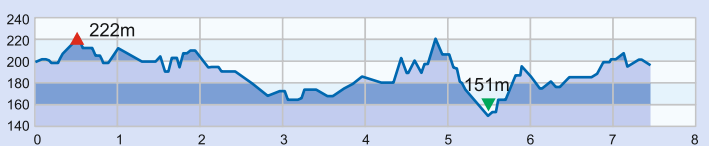
4 Vignobles de Berlou

Berlou
Avenue de l'Eglise

7,5km 257m

Circuit peu difficile à travers le vignoble de Berlou.
Route de campagne et chemins de vigne.
Départ devant l'église.
Ne pas hésiter à décrypter les panneaux de présentation du vignoble et pourquoi pas faire une halte à la table d'orientation.

Easy route through the Berlou vineyards, combining country roads and vineyard paths.



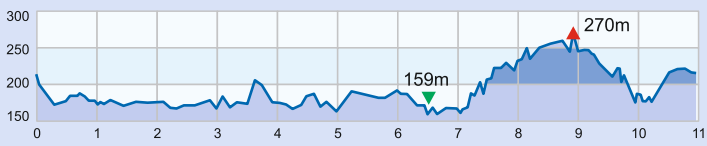
5 Au pied du Caroux

Mons-la-Trivalle
Office de Tourisme
Maison des Montagnes du Caroux

12,3km 329m

Départ possible Monument aux Morts de Colombières / Orb
Panorama complet du pied de la face sud du Caroux.
Retour par la Voie Verte.

Scenic route with sweeping views of the southern face of the Caroux, returning via the Greenway



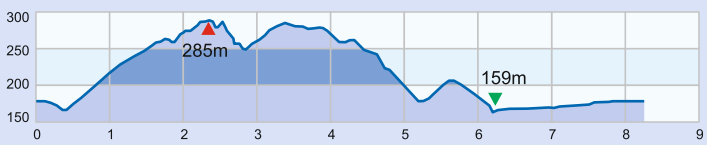
6 Olargues - Le Cros

Olargues
Parking Esplanade de la Gare

8,6km 184m

Le circuit emprunte des routes de campagnes et pistes forestières, sans grande difficulté.
Le retour se fait par la voie verte après un portage pour y accéder.

Easy route combining country roads and forest tracks.
Return via the Greenway after a short carry section to reach it.



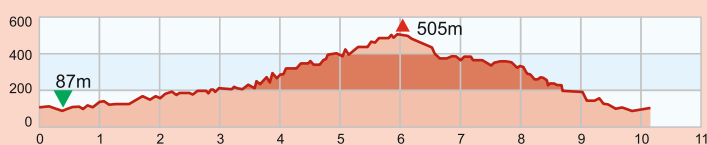
7 Laurenque

Roquebrun
Esplanade Farret

10,2km 400m

Montée tranquille jusqu'au hameau de Laurenque et descente final du Garrigas.
N'oubliez pas les gants.

Scenic road climb up to the hamlet of Laurenque, followed by a pleasant and technical singletrack descent.



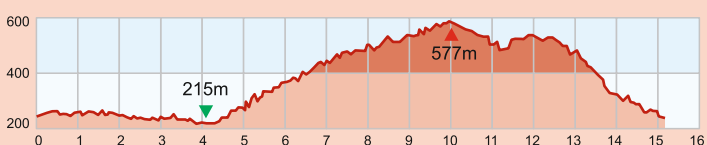
8 Notre-Dame de Trédos

Prémian
Place Saint-Amans

15,2km 574m

Départ par la voie verte avant d'entamer la montée vers la chapelle Notre-Dame de Tredos par des pistes.
Descente par des sentiers et le GR77.
Permet d'apprécier en chemin la chapelle.

Start on the Greenway, climb to Notre-Dame de Tredos via tracks, then descend on trails and the GR77.

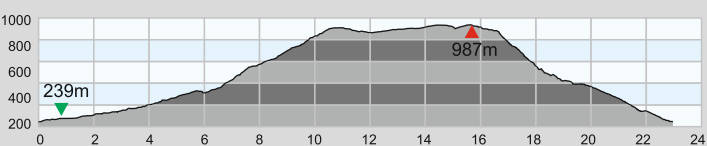


9 Les Contreforts de Vesoles

Prémian
Place Saint-Amans

23km 830m

Un circuit sportif avec quelques passages techniques en descente qui vous permettra de découvrir la partie sud du Somail. Une montée par petites routes et pistes forestières vous permettra d'atteindre le lac de Vesoles et le point de vue du Saut de Vesoles. La descente vous fera découvrir des monotraces en sous-bois.
Prudence, le dernier monotrace emprunte une partie du GR77, vous êtes susceptible de croiser des randonneurs pédestres.
Sporty route with technical descents, exploring the southern Somail. Varied scenery with beautiful viewpoints.



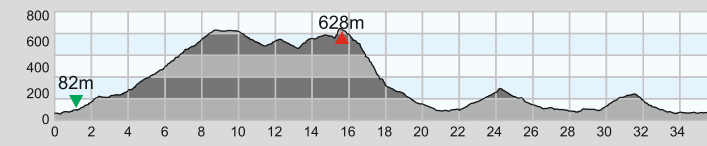
10 De Roquebrun à Vioussan

Roquebrun
Esplanade Farret

36km 1260m

Circuit sportif offrant une grande diversité de paysages, du vignoble au Caroux en passant par la garrigue.
Parcours long, sur chemins, pistes et quelques portions de route avec une descente technique notable sur la fameuse spéciale enduro du Pin.

Long, sporty route on tracks, trails, and some roads, featuring a technical descent on the famous Pin enduro section.



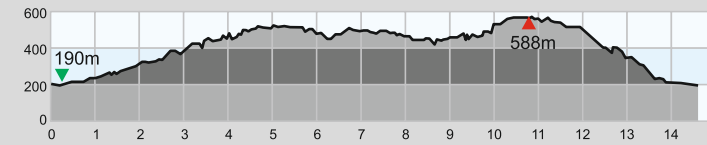
11 Les Albières

Berlou
Avenue de l'Eglise

17km 533m

Itinéraire offrant de beaux sentiers monotraces à travers des portions techniques.
Points de vues sur les vignobles de Saint-Chinian, ses caveaux viticoles mais aussi sur le Château des Albières et jusqu'à la méditerranée par temps clair.
Réservé aux pratiquants confirmés.

Route featuring scenic and technical singletracks, with views over the Saint-Chinian vineyards, its wine cellars, and the Château des Albières.



SPÉCIALES ENDURO ENDURO TRAILS

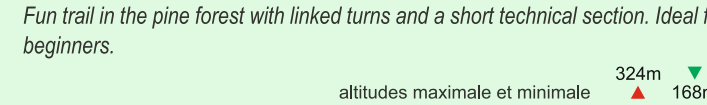
21 La section

Olargues
Parking Esplanade de la Gare

1,3km 140m

Spéciale ludique au cœur de la pinède, enchaînements de virages à plat et avec appuis, passage de racines sans difficultés, un passage plus technique au milieu de la spéciale avec petite rupture de pente et quelques petits rochers.
Idéal pour travailler la technique d'enchaînement de virages et pour les enduristes débutants.
Le retour au parking est compris dans la spéciale, partie descendante d'environ 900m.

Fun trail in the pine forest with linked turns and a short technical section. Ideal for beginners.



21 bis La plaine

Olargues
Parking Esplanade de la Gare

2km 140m

Dans la lignée de la spéciale « La section », une spéciale ludique pour travailler les petits obstacles d'enduro sans difficulté particulière.
Permet de proposer une complémentarité à la descente n°21 « La section ».
Le retour au parking est compris dans la spéciale, partie descendante d'environ 900m.

Fun trail, perfect for practicing small enduro obstacles with no difficulty, complementary to Descent 21 "La Section"



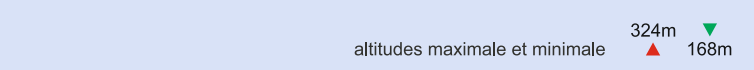
22 Pancoulet

Olargues
Parking Esplanade de la Gare

1km 209m

Spéciale au cœur des châtaigniers.
Belle diversité de virages à plat, avec appuis, ruptures de pentes, virages en dévers...tout y est.
Sur la dernière partie du parcours, rester vigilant sur le petit dévers fuyant et les racines.

Trail in the chestnut forest, with varied turns, drops, and banked corners.
Last section technical: watch out for roots and a small sloping turn.



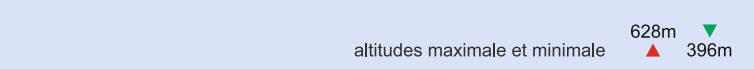
23 Chasseurs

Olargues
Parking Esplanade de la Gare

2,6km 224m

Une bonne prise de contact avec le terrain du secteur !
Une première partie très rapide, quelques petits passages techniques et de beaux enchaînements rapides avec quelques épingles.
Spéciale bien roulante dans l'ensemble.
Prudence, cet itinéraire emprunte également un sentier de randonnée pédestre, vous êtes susceptible de croiser des randonneurs pédestres.

Fast, smooth trail with some technical sections and quick sequences, including a few hairpins.



24 La Mienne

Olargues
Parking Esplanade de la Gare

3,9km 488m

Une spéciale complète à la sauce Naudech !
Relativement roulante et rapide cette spéciale vous réserve une portion plus raide et technique en seconde partie avant de redevenir roulante et joueuse pour le finish !

Fast and flowing trail, with a steep technical section before a playful, smooth finish.



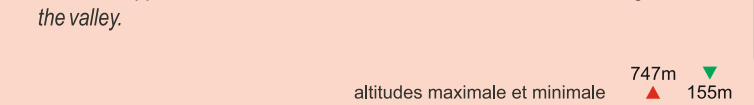
25 Fenouillade

Mons-la Trivalle
Office de Tourisme
Maison des Montagnes du Caroux

5,9km 600m

Une spéciale du sommet du pic du Naudech au hameau d'Ornac en bas de vallée
Plutôt technique sur la partie haute, avec la fameuse « dalle rocheuse » ou le choix de la trajectoire sera essentiel.
Une seconde partie plutôt roulante et assez rapide sans réelles difficultés.

Trail from the top of Pic du Naudech down to the hamlet of Ornac.
Technical upper section with the famous rock slab, then a fast, flowing descent to the valley.



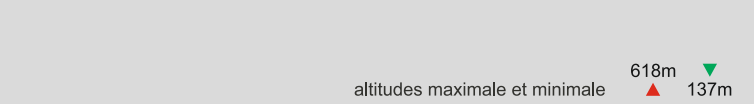
26 Les Écoliers

Mons-la Trivalle
Office de Tourisme
Maison des Montagnes du Caroux

3,7km 483m

Spéciale incontournable et mythique pour les amateurs de technique et de pilotage précis.
Partie finale de la spéciale à éviter dans des conditions humides.

Iconic trail for riders who enjoy technical challenges and precise handling.
Avoid the final section in wet conditions.



27 Bardou

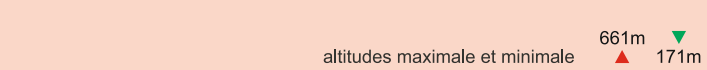
Mons-la Trivalle
Office de Tourisme
Maison des Montagnes du Caroux

4,9km 490m

Au cœur du gneiss du Caroux !
Une spéciale avec des portions roulantes et techniques en alternance, notamment en milieu de parcours avec un enchaînement d'épingles assez serrées...

Prudence, cet itinéraire emprunte également un sentier de randonnée pédestre, vous êtes susceptible de croiser des randonneurs pédestres.

Trail in the Caroux gneiss, alternating fast and technical sections, with a series of tight turns in the middle.



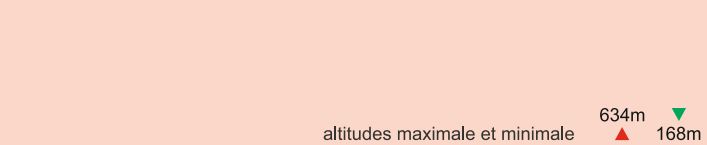
28 Le Pin

Vioussan
Parking Mairie
Plaine des Campets

3,8km 470m

Une spéciale très complète et diversifiée par la nature du terrain rencontré.
À la fois rapide sur certaines portions et technique sur d'autres, il y en aura pour tous les goûts !
Attention aux manivelles sur les rochers qui dépassent par endroit.

Complete and varied trail, alternating fast and technical sections. Watch out for protruding rocks in some spots.



LIAISONS ENDURO ENDURO CONNECTIONS

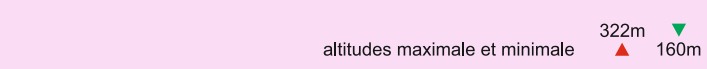
1 La section

Olargues
Parking Esplanade de la Gare

5,1km 190m

Liaison permettant d'atteindre les 2 spéciales les plus faciles du secteur.
Petite route jusqu'au Cros et ensuite une piste avec quelques jolies vues vous permettra d'atteindre le sommet de la pinède.

Link to the two easiest trails: small road to le Cros, then track with nice viewpoints up to the top of the pine forest.



2 Pancoulet

Olargues
depuis Liaison 3 ou 4

2km 90m

Liaison intermédiaire que l'on récupère depuis la liaison 3 ou 4, permettant de rejoindre la spéciale Pancoulet.
Piste en crête sous les châtaigniers.

Intermediate link from Link 3 or 4, leading to the Pancoulet trail along the ridge under the chestnut trees.



3 Olargues - Naudech

Olargues
Parking Esplanade de la Gare

7,7km 570m

Liaison qui permet d'atteindre le sommet du Naudech et donc d'accéder à l'ensemble des spéciales de ce secteur.
Au départ, belles vues sur Olargues, le Caroux et la vallée du Jaur.
Une première partie sur petite route puis route bétonnée et une seconde partie sur une large piste.
Link to the summit of Naudech and all trails in the area. First section on small and paved roads, second on a wide track.

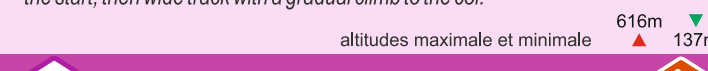


4 Mons - Bacoulette

Mons-la-Trivalle
Office de Tourisme
Maison des Montagnes du Caroux

7,9km 500m

Liaison permettant de rejoindre le col de la Bacoulette et l'ensemble des spéciales au départ de Mons-la-Trivalle.
Une petite route bétonnée sur le premier tiers et ensuite de la piste large avec une montée progressive jusqu'au col de la Bacoulette (montée jusqu'au sommet du Naudech en poursuivant par la liaison 3).
Link from Mons-la-Trivalle to Col de la Bacoulette and its trails. Small paved road at the start, then wide track with a gradual climb to the col.



5 Bardou

Mons-la-Trivalle
Office de Tourisme
Maison des Montagnes du Caroux

7,2km 520m

Liaison permettant de rejoindre le haut de la spéciale Bardou depuis Mons.
Montée par petite route sur les 2/3, parfois raide, mais offrant de jolies vues sur l'Espinouse et le vallon du Rec Grand.

La fin de la liaison se fait sur un sentier plat/faux plat roulant pour accéder au début de la spéciale.
Link from Mons to the top of the Bardou trail. Climb on a small road with views of Espinouse and the Rec Grand valley, then flat to gently rolling trail to the trailhead.

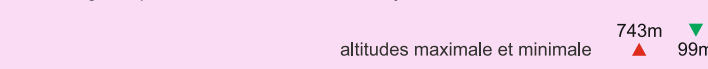


6 Vioussan - Naudech

Vioussan
Parking Mairie
Plaine des Campets

10km 660m

Liaison permettant de rejoindre les spéciales du Naudech depuis Vioussan.
Piste avec quelques petits « raidillons » offrant de magnifiques points de vues.
Attention, le retour sur Vioussan ne se fait pour le moment que par cette liaison en sens inverse.
Link from Vioussan to the Naudech trails. Track with a few short climbs and stunning viewpoints. Return to Vioussan only via the same route.



7 Le Pin

Vioussan
Parking Mairie
Plaine des Campets

9km 540m

Permet d'accéder à la spéciale du Pin depuis Vioussan.
Début sur route départementale pendant quelques kilomètres, qui laisse rapidement place à une piste sinueuse, et vous mène au dernier petit effort de poussage, sur quelques centaines de mètres avant le sommet.

Link from Vioussan to the Pin trail. Start on a departmental road, then winding track with a short push section before the summit.



8 Bacoulette - Lauzet

Olargues
depuis Liaison 3 ou 4

0,6km 10m

Simple accès depuis le col de Bacoulette
Accès via les liaisons 3 et 4, sur 600m au départ des spéciales n°24 et 26.

Easy access from Col de la Bacoulette (via L3 and L4), 600m to the start of trails 24 and 26.



Les conseils de nos experts ! Expert advice!

La pratique enduro nécessite des compétences techniques et un équipement adapté. Certains passages en spéciales peuvent être techniques et engagés.
Enduro riding requires technical skills and suitable equipment.
Some sections of the special stages can be technical and demanding.

Nos experts ont aussi pensé aux amateurs de vélo à assistance électrique et vous proposent des circuits particulièrement adaptés à cette pratique.
But our experts have also thought of those who love cycling on electric bicycles, and offer you routes which are particularly adapted to them.



Les circuits sont numérotés. Leurs couleurs indiquent le niveau de difficulté.
The different routes can be identified by their numbers. They are classed in terms of difficulty by the colour of the numbers.

vert : très facile
bleu : facile
green : very easy
blue : easy
rouge : difficile
noir : très difficile
rouge : difficult
noir : very difficult